

SSTK

ねっと21 しずおか

発行所 〒421-3212 静岡市清水区蒲原小金 457-10

発行人静岡県身体障害者定期刊行物発行協会

頒価 50円(購読料を会費に含めている)

ほっとふじ

No.24

じむしょいてん し 事務所移転のお知らせ



4月になりだんだんと暖かい日が増えてきましたね。ただ未だに新型コロナウイルスの感染拡大が収まらず、各家庭や事業所においても対応に追われている状況かと思います。一刻も早く終息してほしいと願うばかりです。

さて、前回の会報にて自立生活センター富士の事務所が移転予定だとお伝えしましたので、続報をお知らせします。この4月に富士駅南口から徒歩3分ほどの場所に事務所を移転しました。引越はほとんど終わりましたが、まだネット環境が整ってなくて電話もしばらくは機能しない状態です。皆様にはご迷惑をおかけしますが、何かありましたらメールやFacebook等を利用してください。宜しくお願い致します。

いてんさきじゅうしょ
移転先住所

〒416-0922

※電話番号・FAX番号・メールアドレスは変わりません。

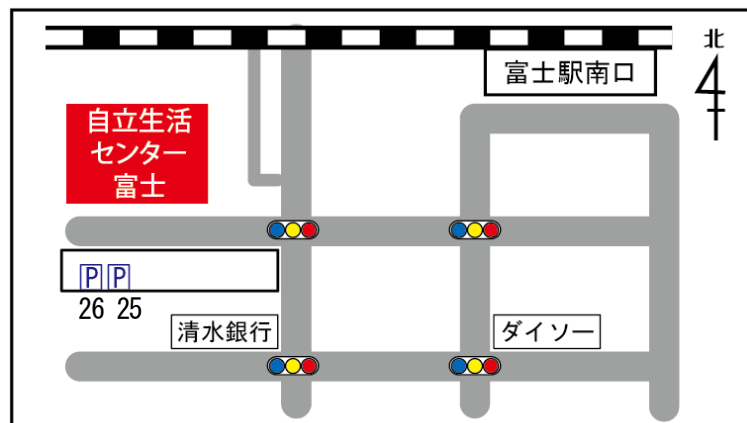
TEL・FAX: 0545-32-7978

Mail: cilfuji2016@gmail.com



しずおかけん ふ じ し み と じ ま も と ち ょ う

静岡県富士市水戸島元町9-10 ふたばビル1F



きゅうじつ たんじょう び ぜいたくりょうこう さっこの休日～誕生日贅沢旅行～

きじ わだ
記事：和田



がつ か か い す こうげん りょうこう い しんがた
2月9日、10日と伊豆高原に旅行へ行ってきました。新型コロナの
はなし で い なや いま とくい
話が出てたので行くか悩みましたが、今となってみればあの時行って
おいて良かったです。

ことし じぶん たんじょう び ちか ぜいたく す はじ おち
今年から自分の誕生日近くで贅沢に過ごすことを始めようと思い、
だいいつかいめ た おい さが
第一回目。カニが食べたくて美味しいところを探しましたが、せっかく
なら温泉も入りたい。美味しいご飯とリフターがついてる温泉を探し

さくねんがっしゅく い い す ちょうふうかん い
て、昨年合宿で行った「伊豆潮風館」に行くことにしました。

むか とうじつ ごご ふじえき で じかんはん い す こうげんえき りょうかん つ
そして迎えた当日。午後に富士駅を出て 2時間半ほどで伊豆高原駅。旅館からリフター付きの
バスでお迎えに来てくれました。旅館についてからもなんかとてもVIP対応。3人くらい付き添っ
て丁寧案内してくれました。



こんかい もくてき め おんせん はい ぜんかい
今回の目的1 つ目、まずは温泉に入ることです。前回

がっしゅく つか こんかいはず
合宿できたときはリフターを使わなかったので、今回初リ
フター風呂。ゆっくり浸かってとっても気持ち良かったです。

わたし ばん たの よる はん こんかい い す
そして私の1番の楽しみだった夜ご飯！今回は「伊豆
ぜいたく よやく ほんとう ぜいたく
贅沢コース」というので予約しました。もう本当に贅沢で、

い せ え び おい おい た ほんとう しあわ
アワビに伊勢海老めっちゃ美味しかったです。美味しいもの食べてるときは本当に 幸せです！

よる ちか い す こうえん み い よるおそ い
夜は近くの伊豆ぐらんぱる公園でグランイルミをやっていたので見に行きました。夜遅くに行
ったからか、コロナのせいか人が少なく見たいところをゆっくり見れ
ました。思っていたより広くてすごく綺麗でした。どこを見ても綺麗
なイルミネーションに囲まれて違う世界にいるようでした。

りょうかん かえ の す つぎ
旅館に帰ってからはビールを飲みながらゆっくり過ごしました。次

ひ あさ はん い せ え び み そしる で さいご しあわ じかん す
の日の朝ご飯に伊勢海老の味噌汁が出て最後まで 幸せな時間を過ご

らいねん たの たんじょう び
せました。来年も楽しい誕生日にしたいです！



じりつせいかつ ねん もりさわ き じりつせいかつ たの
自立生活もうすぐ1年、森澤さんに聞いてみた！自立生活して楽しいこと



もりさわ さとこ
森澤 里子さん

ねん がつ
2019年5月

いす で じりつせいかつ
伊豆のグループホームを出て自立生活
センター富士体験室にて自立準備

ねん がつ にち
2019年6月22日

ふ じ しな い じりつせいかつかいし
富士市内にて自立生活開始
げんざい せいかつ かいこ かよ じりつ
現在は生活介護に通いながら自立
せいかつ たの
生活を楽しんでいる

ふだん なに
《普段は何をしているの？》

へいじつ せいかつかいこ い ふくし
平日はほとんど生活介護に行っています。福祉まつり
でも話しかけてくれたお友達が同じグループになって、
すこい なかよ
すごい仲良くなりました。

やす ひ えいぞう
休みの日はテレビやYouTubeでAKB48の映像を
み おんがく き たの さいきん
見たり、音楽を聴いたりして楽しんでいます。最近では
っしーにハマっています！その他に 畳のお部屋で運動

することもあります。

まえ で ふ は や まえ
前よりも出かけることが増え、コロナが流行る前はけ
かいすう えいがかん い
っこうな回数で映画館に行っていました。

きよねん なつ
去年の夏にはおじさんとお
ばさんに会いに仙台に行きま
わたし こうこうせい と き せんたい
した。私は高校生の時に仙台



どうそうかい さんか せんたい
にいたのでその同窓会に参加しました。仙台にいるおじさんとおばさ
んに美味しい食べ物たくさん食べさせてもらいました。

がつ にち めい こ さい わたし じっか かえ
3月11日には姪っ子が5歳になったので、私も実家に帰ってみんな



い わ あ せいちょう かん うれ
なでお祝いをしました。たまに会うので成長を感じられて嬉しいです。
じっか はたけ やさい もら たす
実家から 畑の野菜を貰えるので助かっています。

じりつせいかつ なか たの
《自立生活の中で楽しいことは？》

あいだ ともだち でんわ はな
この間グループホームの友達から電話がかかってきてお話ししました。

ひさ うれ あと さいきん ふろ
久しぶりでとても嬉しかったです。後、最近お風呂にリフターがついて
かいてき きも
快適になりました。とても気持ちいいです。

なん なや
《何か悩んでいるの! ?》

いま か し た にお け きん か
今ダイエットでお菓子を食べないようにしているので、匂いつきの消しゴムを 100 均で買おう
なや か にお か し の おも た き
か悩んでいます。買ったならその匂いを嗅いでしばらく凌ぎたいと思います。食べちゃわないように気
をつけます!

しゃしん おく
——ほかにもたくさん写真を送ってくれました——



わたし わ た あそ い
私、和田が遊びに行きました。
りょうり つく
料理を作ってくれました。
おいしかった——!



たんじょうび
誕生日カード
ありがと——



い びょういん
いつも行く美容院。
かみ きれい そ
髪が綺麗に染まりました。



せんだい
仙台でパシャリ!

じりつせいかつたの
これからも自立生活楽しんでください!

かいいん き じ がんば お
会員さんの記事 ~頑張って起きていたのに…!~

き じ ていきょう たるかど
記事提供: 樽角さん

がつへいせい じだい れいわがねん う つ おも ま がつ
5月平成の時代から令和元年と受け継がれたと思っていたら、あっという間に 12月になってし
まいました。「光陰矢のごとし」昔の人は良く行ったものだと言を取るたびに感心してしまう私
でありました。

わたし おおみそか じょや かね き ねん はんせい あら もくひょう た はんせい
私は大晦日、除夜の鐘を聞きながら 1 年の反省をして新たな目標を建てています。まあ~反省
すること多いのですが、少しずつではありますが人間としては進歩していると自分では思ってい
ます。さてさて私の事は置いて、私が除夜の鐘の話をしていると、息子が「除夜の鐘って
なに き じょや かね おおみそか よる しまえ にんげん ほんのう はら
何?」と聞いてきました。「除夜の鐘とは、大晦日の夜 12 時前から人間の煩悩を払うために 108
かいかね う こと こた ほんのう なに い ほんのう おとな こども
回鐘を打つ事だよ。」と答えると、「煩悩って何?」と言いました。「煩悩とは、大人でも子供でも
おもちゃが欲しいとかお小遣いをもっと欲しいとか人間の欲の事だよ。」と答えました。すると
きょうみ も とつぜん おれ じょや かね き い ねんまえ しょうがく ねんせい じょや
興味を持ったらしく突然「俺も除夜の鐘を聞きたい!」と言って 2 年前の小学 3 年生から「除夜

かね き お ちょうせん はし
の鐘聞くまで起きていますぞ〜！」挑 戦が始まったのでありました。

さいしょ おおみそか あさ ぜんかい ぜったい じょや かね き あ
最初の大晦日、朝からアクセル全開で、「絶対に除夜の鐘を聞くんだ。」とテンションが上がり
っぱなしでした。「あんまり飛ばすと 12 時まで待たないぞ」と言う「大丈夫だよ。昨日は一杯寝
たから。」と答えました。午後からも、「お父さん寝そうだったら起こしてよ!」「絶対だよ。」とニ
ッコ顔で言って相変わらずノリノリでした。夜になり、年越しパーティーが始まると増々テンシ
ョンが上がり甥っ子達とワイワイ・ガヤガヤと騒ぎ超 大盛り上がりしました。しかし、朝からはし
ゃいだ分の代 償は重く 10 時 30 分すぎにあっさりと睡魔にノックアウトされてしまいました。次
の年も、やはり睡魔には勝てずノックアウトされました。

むか とめ ちょうせんれいわがねんおおみそか ねんせい お つ で あさ
さあ〜迎えた 3 度目の挑戦令和元年大晦日、さすがに 5 年生にもなると落ち着きも出たせいか朝
から以前の様に騒がなくなっていました。「お〜またまた成長しているな。」と実感しました。夜
になって、毎年恒例の年越しパーティーが終わっても「お父さん、俺眠くないよ。今年こそ除夜の
かね き まんめん えがお い じかん じ す な だ
鐘を聞いてやる。」と満面の笑顔で言いました。時間も 11 時を過ぎ「さあ〜そろそろ鳴り出すぞ。」
と言うと、「本当に。」と目をキラキラさせて言いました。しかし、11 時 30 分になっても除夜の鐘
は聞こえてきませんでした。「え、何で？」テレビのボリュームを消してもやっぱり聞こえてきま
せませんでした。「まさか今年から除夜の鐘はなくなった？」以前ニュースで、騒音問題で除夜の鐘を
はいし き こと おも だ わたし す ちいき こうれいばんぐみ とし
廃止と聞いた事を思い出しました。私が住んでいる地域までも…。恒例番組 N●K の〇〇年〇〇
とし はじ き こと わたし むすこ ことば で かお み あ
年が始まって聞こえる事はありませんでした。私と息子は、ショックで言葉が出ず顔を見合わ
せました。しばらく経ち「なんで〜、せっかく頑張って起きていたのに〜。」と怒り気味に言い
ました。「そうだよね。良く頑張ったのにね。」「残念だけどテレビの鐘で我慢しようね。」としか言い

かえ けっこう お こ しんばい
返せませんでした。結構落ち込んでいたので心配していると「もう、
どういう事だよ。」「なんで今年なんだよ。来年からでいいじゃん。」
と笑いながら言い出しました。その顔は、残念な結果だったけど
もくひょう たっせい じゅうじつ ひょうじょう あと ねがお
目標を達成して充実した表情をしていました。その後、寝顔を
み にが おも で しょうらいわら ばなし ひと
見て「苦い思い出になったけど、将 来笑い話の一つになるよ。」

れいわ ねん とし ところ い
「令和 2 年はいい年になるよ。」と心で言ってあげました。



きょうりよくしゃ
ご協力者

R2. 4. 16 現在

【平成31年度ご継続】

木村充子 太田茜 度會法子 袖山知己 伊藤美幸 平野旭 森澤里子

【令和2年度ご継続】

吉田道子 杉浦静子 田島早苗 浜口博

鳥居幹生 望月富子 清水友紀子 望月亜矢子

【寄付金】

度會徳人

皆様ありがとうございます。

さんじょかいいいんぽしゅう
賛助会員募集

じりつせいかつ ふじ かつどう かいいいん みなさま かいひ ささ かいいいん かたがた かいほう
自立生活センター富士の活動は会員の皆様の会費によって支えられています。会員の方々には会報を

おく わたしたち かつどう あたた しえん きょうりよく ねが いた
お送りいたします。私達の活動に温かいご支援、ご協力をお願い致します。

さんじょかいいいん ねんかいひ かい しゅし さんどう しきんめん た かい かつどう ささ
賛助会員(年会費 1口～) 会の趣旨に賛同され、資金面その他で会の活動を支えていただける

こじん だんたい 個人または団体 1口=1,000円

かいひ き ふ きん ふりこみさき
会費・寄付金の振込先

郵便局【口座番号】12300-55920301 【口座名】自立生活センター富士

にゅうかいなど かん と あ もちつき
入会等に関するお問い合わせは、望月まで

〒416-0922
静岡県富士市水戸島元町9-10
ふたばビル1F
自立生活センター富士
TEL/FAX 0545-32-7978

Facebookやっています！
ぜひ『いいね！』お願いします★

<https://www.facebook.com/cilfuji/>



会報 24号
発行日 4月15日
印刷 自立生活センター富士